



**HELLO
FRESH**

Crunchy tostadas de ternera con frijoles

con salsa cremosa de lima

Preparación en 15'

Preparation time : 20 min.



Pimiento



Lima



Judías rojas



Cebolla



Carne de
ternera picada



Mix de especias
mexicanas



Passata de
tomate



Salsa Worcester



Caldo de
ternera



Tortillas de
trigo



Crème Fraîche



Sal y pimienta



Aceite de oliva



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/crunchy-tostadas-de-ternera-con-frijoles-362>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Bandeja de horno con papel de horno, Colador, Rallador fino, Espátula, Bol pequeño, Sartén grande

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Pimiento (unidad(es))	1	1	3
Lima (unidad(es))	½	1	1½
Judías rojas (gramo(s))	390	780	1170
Cebolla (unidad(es))	1	2	3
Carne de ternera picada (gramo(s))	250	500	750
Mix de especias mexicanas (sobre(s))	1	2	3
Passata de tomate (gramo(s))	105	210	315
Salsa Worcester (sobre(s))	1	2	3
Caldo de ternera (sobre(s))	1	2	3
Tortillas de trigo (unidad(es))	6	12	18
Crème Fraîche (gramo(s))	100	200	300
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	1	2	3

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kj)	3405 kj
Valor energético (kcal)	814 kcal
Grasas	47.9 g
de las cuales saturadas	22.4 g
Carbohidratos	63.7 g
de los cuales azúcares	14.5 g
Fibra	9.4 g
Proteínas	40.1 g
Sodio	4.94 mg

Allergens

Leche, Soja, Sulfitos, Gluten

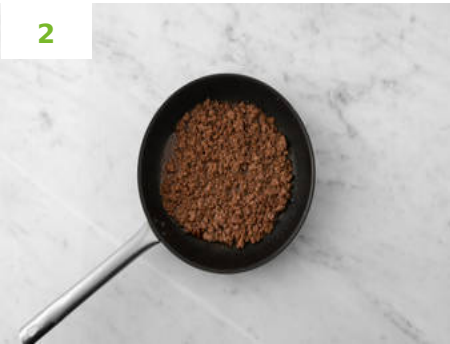
Always check the product labels for allergen information.



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Precalienta el horno a 200°C.
- Corta el **pimiento** en dados de 0,5-1 cm.
- Ralla la piel de la mitad de la **lima** y córtala en gajos.
- Escurre las **judías rojas**.
- Pela la **cebolla** y pícala.



Carne al fuego

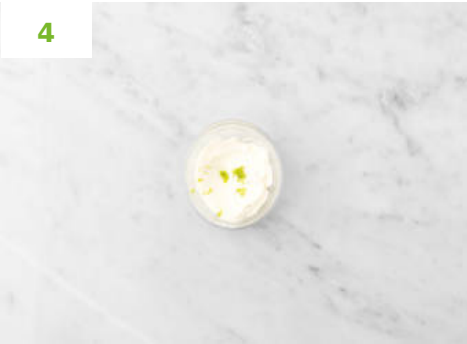
- En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega la **carne de ternera** y las **especias mexicanas**. Cocina 2-4 min, desmenuzando la carne con una espátula, hasta que se dore.
- **Salpimienta** al gusto.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Adentro los frijoles

- En la sartén, agrega el **pimiento** y la **cebolla** y cocina 5 min, removiendo.
- Añade la **passata de tomate**, la **salsa Worcester**, las **judías rojas**, el **caldo de ternera** en polvo y un chorrito de **agua**.
- Aplasta levemente las **judías rojas**, hasta que algunas se deshagan.
- Lleva a ebullición, luego, reduce a fuego medio-bajo y cocina 7-8 min, hasta que espese.



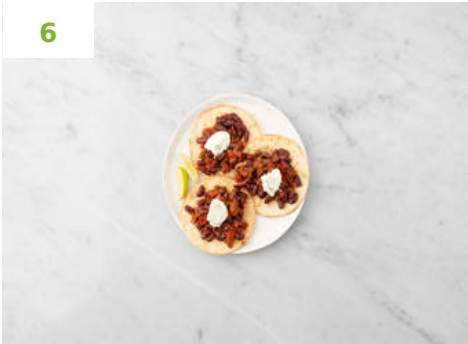
¡Al salseo!

- Coloca las **tortillas mexicanas** en una bandeja de horno con papel de horno y hornea 3-4 min, hasta que se doren y estén crujientes.
- Mientras tanto, mezcla en un bol pequeño la ralladura de **lima** con la **crème fraîche**.



Monta las tostadas

- Cuando las **tortillas mexicanas** estén tostadas, cubre cada una con la **carne de ternera** y las **verduras** con **especias mexicanas**.



¡A la mesa!

- Reparte las **tostadas** entre los platos y agrega sobre cada **tostada** una cucharada de **salsa cremosa** a la **lima**.
- Sirve los gajos de **lima** restantes para añadir su zumo al gusto.

Enjoy your meal!